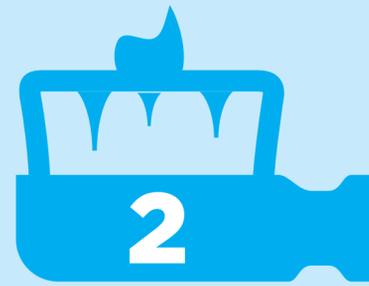


# FLÚOR: COMBATE LAS CARIES

Los niños pueden mantener una buena salud bucal de 4 maneras:



Bebe agua que tenga flúor.



Cepíllate los dientes dos veces por día con la cantidad correcta de pasta dental con flúor.



Come una dieta sana que limite las bebidas dulces, los caramelos pegajosos y los bocadillos.



Habla con tu dentista o tu médico sobre tratamientos de flúor.

El flúor es un mineral importante para todos los niños. Para obtener más información, hable con el dentista o el médico.



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**



NATIONAL CENTER ON  
Early Childhood Health and Wellness

Adaptado con permiso de la American Academy of Pediatrics y la Campaña por la Salud Dental (consulte [www.spanish.tikemyteeth.org](http://www.spanish.tikemyteeth.org)). Copyright © 2017.